

УТВЕРЖДАЮ
 Заведующий _____ (Мальцева Е. А.)
 11.03.2025

Меню приготавливаемых блюд
 Категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Эн.ценность
			Белки	Жиры	Углеводы	
12.03.2025						
Завтрак 1	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	150	4,57	4,3	18,77	130,88
	БАТОН	35	2,1	0,35	17,99	83,3
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	11	2,75	3,55	0	43,51
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	2,88	2,44	14,12	90,64
Итого за завтрак 1		381.00	12.35	14.79	50.93	385.83
Завтрак 2	ЯБЛОКО	98	0,4	0,4	9,8	47
Итого за завтрак 2		98.00	0.40	0.40	9.80	47.00
На весь день	Соль йодированная	3	0	0	0	0
Итого за на весь день		3.00				
Обед	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	37	0,63	2,02	3,05	32,67
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	177	6,98	3,46	9,43	100,08
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	179	9,53	18,7	15,56	266,83
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,48	0,45	18,22	88,2
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
Итого за обед		618.00	19.62	24.63	55.96	526.48
Полдник	ЙОГУРТ	191	5,54	4,78	21,01	148,98
	БУЛОЧКА `ТВОРОЖНАЯ`	57	5,66	4,65	28,98	187,46
Итого за полдник		248.00	11.20	9.43	49.99	336.44
Ужин 1	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И МОРКОВИ	44	0,69	2,91	3,1	42,83
	ОМЛЕТ	129	7,47	8,77	4,44	142,1
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
Итого за ужин 1		378.00	10.46	12.93	31.80	288.49
Итого за день		1726.00	54.03	62.18	198.48	1584.24